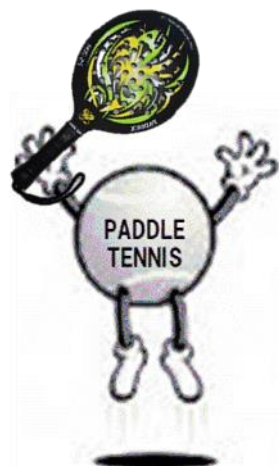


# これだけは知っておきたい パドルテニスのマナー

— 「何だ あいつ!」「何よ あの!」にならないために —



## ● パドルについている紐は何のため？

グリップエンドについているストラップ(正式にはセーフティーコードといいます)は、狭いコート内で硬いパドルが手から抜けてしまった場合でも、大切なダブルスパートナーや練習仲間を傷つけないためにあります。プレー中は必ず着用するように心がけましょう。コードに手を通した時にたるみが気になるようなら、クリクリっとコードを巻いて、たるみを抑えるようにします。

## ● ラリーの最初は？

まず、相手のフォアハンドに打ちやすいボールを送るのが思いやりです。その思いやりに対して、いきなり思い切り「パッカーン」と打ってしまったら間違いなく「コートの嫌われ者」になってしまいます。

ラリーのボールのスピードは少しずつ上げるようにしましょう。相手はそのペースに合わせてきたら、「OK! これで続けようぜ」のサインです。逆に、最初からタイミングが合わず嫌～な顔をしたら、「ちょっと考えろ!」ということになります。

また、ラリーを始める際には「おねがいしま～す」で会釈、「ボールいきま～す」でボールを出す。これでお互い気分良くプレーが始められますね。

## ● ボールを渡す時は？

「オーバーハンドで、軽く、ワンバウンドで、相手の胸のところに」が基本です。セーフティーコードに手を通してある時や、遠くにいる相手にボールを渡したい場合は、パドルで打って送っても差支えありませんが、相手がこちらを見ていないのに打ってはいけません。この時も、「ボールいきま～す」が便利です。すぐ近くにいる相手になら、手渡しするのがベストです。



## ● ボールは誰が拾うの？

「ネットより自分側コートに転がっているボールは、自分や自分たちで拾う」が、原則です。相手側コートにあるボールでも、ネット際はなるべく拾ってあげてください。自分側のボールを相手が拾ってくれたら、お礼の言葉を忘れないように。

## ● コートの後ろを横切りたい？ ボールが行っちゃった？

隣コートの向こう側に入出口があったり、ボールを拾いに行ったりする時に、プレー中のコートの後ろを横切らなければならない場合があります。

急ぎたい時もあるでしょうが、そのコートがインプレー中である場合は、はやる気持ちを抑えてじっと我慢しなければなりません。そして、プレーが途切れたタイミングで素早く通るようにしましょう。

ボールが隣コートプレーヤーの足下に転がってってしまった場合は、「足下ボールケアです」と伝えてください。ボールを拾ってもらったら、もちろん「ありがとうございます」です。

## ● 入ってる？アウトかな？ボールの判定は？

セルフジャッジの試合では、自分側のコートラインの判定は自分たちでしなければなりません。ボールとラインの間にはっきりと空間が見えた時のみ「アウト」・「フォールト」が成立します。疑わしきは「グッド」です。判定が難しい場合は、相手に有利な判定をするように心がけなければなりません。

「アウト」・「フォールト」の場合は、相手にわかるように、大きな声とハンドシグナルを使って判定を速やかにはっきり表現しましょう。「グッド」の場合は、決して声に出してはいけません。人差し指を上に向けて「アウト」、手の平を地面に向けて「グッド」を示す動作が最も代表的なハンドシグナルです。

パドルテニスは、相手がいなければプレーできません。プレーさせてもらえる相手に感謝と尊敬の気持ちを表しましょう。ポイントがかかった場面とはいえ、相手のミスを喜ぶような態度は絶対慎むべきです。試合前後の握手も忘れたくないですね！



## ● セルフジャッジのスコアアナウンスは、いつ、誰がすればいいの？

サーバーが両足のスタンスを決めた後、レシーバーの体勢を確認し、整っているようであれば、レシーバーに聞こえる声でスコアをアナウンスします。このアナウンスによって、プレーヤー同士スコアを確認したうえで、サーバーがサービスを行うこととなります。

このスコアアナウンスについては、サーバーが「言った」「言わなかった」ではなく、レシーバー側が確認したかどうかの方が大切なことなのです。

## ● 隣のコートからボールが入ってきたら？

試合中であれ、練習中であれ、インプレー中であるなら集中してプレーを続けても問題ありません。が、プレーが途切れたら、にこやかにボールを拾ってあげましょう。

ただ、もし、あなたが試合ではなく練習中で、コートの後ろでボールを取りに行くのを待っている人に気がついたのなら、ラリーを続けながら構いませんので、できうる限り「どうぞ(お通りください)」と言ってあげてください。

また、試合中にどこかからか入ってきたボールがプレーの妨げになる場合は、「レット」をコールすることにより、プレーを停止しそのポイントをやり直しとすることができます。が、自分やパートナーがボールを打つ番であるなら必ず打球前にコールしなければならないことと、相手の絶対的なチャンス状況の場合は、よほどのことがない限り「レット」のコールは控えるべきだということを覚えておきましょう。

## ● 大会の応援や観戦に行ったら？

「プレーヤーの妨げにならない」につきます。応援や観戦中にプレーヤーの視界に入る場所で動き回ったり、ワイワイパチャクチャなんて言語道断。試合コート周りを通行する際は、インプレー中の移動は控え、ポイントが途切れたタイミングや、エンドチェンジの時を逃さないようにします。

また、コート外からセルフジャッジへの口出しは絶対してはいけません。

さらにプレーヤーへのコーチングも厳禁です。「ガンバレ！」や「一本挽回！」などの応援はOKですが、「準備を早く！」とか「ロブを使え！」など技術や戦術に係わることは、コーチングになりますのでご注意を！ 目配せして、うなずくだけでもダメって知っていましたか？

携帯電話は当然マナーモードです。赤ちゃんを連れている場合は、突然泣き出したり、ボールが当たったりすると、みんなの迷惑になりますので、しっかり対応策を練ってから連れて行ってください。

## ● 施設を利用する時は？

体育館などの施設を利用する際は施設の決まりごとを守りましょう。

また、隣コートとの間仕切りがない施設を利用する時は、使用するボール数を必要最低限にして、できるだけ隣にボールがいかないように注意しなければなりません。レッスンやボールをたくさん使って練習したい場合は、打球方向に注意することも必要ですが、コート間にボールフェンス係をしてくれる人を配置するような工夫をしましょう。

さらに、使用後のモップ掛けはフロアの端まで行うように心がけてください。フロア内に飲料水持込が許されている施設においても、ふた付き容器のものを！ ごみは決められた場所に！ 飲食・喫煙は決められた場所で！ ここに、パドルテニスプレーヤーとしての品格が表れます。



一般社団法人 日本パドルテニス協会

National PaddleTennis Association of Japan